Nestlé Pour bien démarrer dans la vie.

1ERS MOIS | APRÈS 4 MOIS | APRÈS 6 MOIS | APRÈS 8 MOIS | DÈS 12 MOIS

Un programme nutritionnel adapté à sa croissance

Comme toutes les mamans, vous savez qu'une bonne alimentation est essentielle au développement de votre bébé. Mais savez-vous comment les aliments agissent réellement et quels sont leurs effets sur son éveil et ses progrès ?

Imaginiez-vous par exemple que certaines matières grasses vont jouer un rôle essentiel dans l'évolution de ses sens ?

À chaque étape de sa croissance, les besoins nutritionnels de votre bébé vont beaucoup évoluer.
Pour vous aider au quotidien, nos nutritionnistes ont conçu un programme nutritionnel de 0 à 3 ans.

Des repères clairs et des conseils pratiques

Si le lait (maternel ou infantile) lui apporte aujourd'hui tout ce dont il a besoin pour bien grandir, d'autres aliments viendront bientôt enrichir son alimentation.

Comment aborder cette diversification ? Quels aliments faut-il lui donner et pourquoi ?
En quelle quantité ? À quel rythme faut-il les introduire et sous quelle forme ? Comment éveiller son goût et lui donner de bonnes habitudes alimentaires pour la suite ?

Autant de questions pour lesquelles NESTLÉ vous apportera des réponses simples et précises, étape par étape, jusqu'aux 3 ans de votre enfant.

Commandez notre plan de diversification pour les bébés jusqu'à 36 mois.

Plus d'informations aussi sur Internet !
Infos, conseils, menus, idées recettes…
NESTLÉ vous donne rendez-vous sur **www.nestlebaby.ch**

PETIT, BÉBÉ A TOUT À DÉCOUVRIR... POUR LE NOURRIR, LA NATURE A TOUT PRÉVU !

Le lait maternel, l'aliment idéal

Pour bien se développer, votre bébé a des besoins nutritionnels très spécifiques. **Le lait maternel est l'aliment idéal** pour y répondre. **Il évolue au cours de la tétée**: plus léger au début, il devient de plus en plus riche pour bien le rassasier.

Si vous n'allaitez pas
Avant de lui donner son premier biberon, **demandez conseil à votre médecin** ou au personnel de santé spécialisé car eux seuls peuvent prescrire le lait infantile qui correspondra aux besoins de votre enfant.

Le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson. Selon l'OMS, un allaitement exclusif est recommandé jusqu'à 6 mois. Si vous n'allaitez pas, il existe des laits infantiles qui répondent aux besoins alimentaires de votre bébé. Consultez votre médecin ou le personnel de santé spécialisé.

Si vous souhaitez avoir des informations sur les laits de départ, contactez-nous au **0800 55 44 66** ou sous **www.nestlebaby.ch** ou demandez conseil à votre médecin ou au personnel de santé spécialisé.

Selon le modèle du lait maternel

Outre l'amour et les soins, une bonne alimentation constitue ce qu'il y a de plus important pour le développement harmonieux de votre bébé. Avec les laits de suite BEBA, votre enfant reçoit tout ce dont un bébé en bonne santé a besoin dans le cadre d'une alimentation diversifiée. La composition correspond au besoin de chaque étape de développement. Votre bébé est donc nourri de façon optimale et peut se développer de manière naturelle et saine.

Les différentes caractéristiques des laits BEBA

BEBA propose 3 gammes de produits :

BEBA Original Suisse :

Rassasiants et bien tolérés, produits en Suisse.

BEBA PRO :

Selon le modèle du lait maternel, avec Bifidus BL pour une flore intestinale saine.

BEBA H.A. :

Nestlé H.A. 25 ans Efficacité Prouvée

Le lait hypoallergénique à l'efficacité cliniquement prouvée pour la réduction du risque d'allergies.

Nestlé BEBA, parlons bébé

Il vous fixe du regard • Il pleure pour dire qu'il a faim
Il commence à sourire • Il tient votre doigt

Avis important : l'allaitement est idéal pour votre enfant. L'OMS recommande un allaitement exclusif pendant 6 mois. Demandez conseil au personnel qualifié des services de santé si votre enfant a besoin d'un aliment complémentaire ou si vous n'allaitez pas.

Lait maternel

Le lait maternel est l'aliment idéal du nourrisson
Selon l'OMS, un allaitement exclusif est recommandé jusqu'à 6 mois. Si vous n'allaitez pas, il existe des laits infantiles qui répondent aux besoins alimentaires de votre bébé. Consultez votre médecin ou le personnel de santé spécialisé.

- **Il évolue au cours de la tétée**
  Plus léger au début de la tétée, il devient de plus en plus riche pour plus de satiété.
- **Il s'adapte à la croissance de Bébé**
  Du 1er au 5e jour : le colostrum, très riche en anticorps, contribue à protéger le nourrisson pendant les tous premiers jours de vie.
  Du 6e au 14e jour : le lait se modifie progressivement pour devenir plus riche en lipides et en lactose.
  Aux environs du 15e jour, le lait devient mature.

Quantité quotidienne de lait recommandée
- **Allaitement au sein :** 6 à 10 tétées par jour, à la demande.
- **Allaitement au biberon* (si vous n'allaitez pas) :**

*Ces quantités sont données à titre indicatif : suivre les instructions de votre pédiatre.

de 2 à 3 kg	6 x de 100 à 130 ml
à partir de 4 kg	5 x de 130 à 170 ml
à partir de 5 kg	5 x de 170 à 200 ml
à partir de 6 kg	4 x de 170 à 200 ml
à partir de 7 kg	3 x de 170 à 200 ml
à partir de 8 kg	2 x de 240 à 270 ml

La composition des produits Nestlé et le plan d'alimentation sont basés sur les recommandations de la Société Suisse de Pédiatrie. Pour la préparation des biberons et leur volume, il est très important de suivre les indications du pédiatre ou le mode d'emploi de l'emballage. La préparation à l'avance est déconseillée pour tous les produits. Le nombre de biberons et la quantité à consommer doivent s'adapter à chaque enfant.

Si vous souhaitez avoir des informations sur les laits de départ, contactez-nous au 0800 55 44 66 ou sous www.nestlebaby.ch ou demandez conseil à votre pédiatre ou au personnel de santé spécialisé.

Laits de départ

Laits spéciaux

***BEBA Sensitive :** en cas de troubles digestifs mineurs (ex. coliques).

***BEBA AR :** en cas de régurgitations. Pratique, pas de temps de repos.

*Convient également aux bébés à risque d'allergies. Ne peut être utilisé que sous contrôle médical.

Il tient sa tête • Il balbutie • Apprentissage de la cuillère • Il essaie d'attraper ses pieds

Lait maternel

Si vous souhaitez avoir des informations sur les laits de départ, contactez-nous au 0800 55 44 66 ou sous www.nestlebaby.ch ou demandez conseil à votre pédiatre ou au personnel de santé spécialisé.

Laits de départ

Laits spéciaux

***BEBA Sensitive :** en cas de troubles digestifs mineurs (ex. coliques).

***BEBA AR :** en cas de régurgitations. Pratique, pas de temps de repos.

*Convient également aux bébés à risque d'allergies. Ne peut être utilisé que sous contrôle médical.

Baby Cereals lactées
Semoule lactée / Céréales aux bananes «Pyjama»

Baby Cereals non-lactées
Sinlac

NaturNes
Pommes Poires / Pommes Framboises

Baby Fruit
Pommes Bananes Fraises

P'tits pots
Pomme-Banane / Poire Abricot Pêche

P'tits pots Jardinière de légumes
Carottes Pommes de terre Poulet
Carottes Pommes de terre Bœuf
Légumes Riz Dinde

Jus
Pomme poire
Pomme Raisin

Il tient à 4 pattes • Il commence à mâcher
Il attrape les objets • Il montre ses goûts et dégoûts

Lait maternel

BEBA 2 **BEBA H.A. 2** **BEBA PRO 2**

Baby Cereals Céréales aux biscuits / Céréales complètes aux fruits / Céréales Pommes-Poires / Pyjama / Céréales complètes

Cerelac
Farine lactée

Lactoplus
Pyjama Malt / Miel

Baby Milk & Cereals
Biscuit / Vanille / Banane

NaturNes
Fruits du verger
Pommes Coings

NaturNes
Pommes de terre aux légumes et veau / Riz aux légumes et poulet

Jogolino
Fraise
Abricot

après 7 mois

Kinder Biscuit

P'tits pots Pomme riz Bio /
Céréales Pêche Banane Bio / Cocktail de Fruits
Yogo & Fruit Pêche Abricot / Banane Poire

P'tits pots
Légumes Riz Poulet
Panais Pommes de terre
Veau

Baby Fruit
Pommes Pêches
Cocktail de fruits

Il fait au revoir avec la main • Il boit avec de l'aide
Il attrape avec le pouce et l'index • Il marche à 4 pattes

Lait maternel

après 9 mois

BEBA 3 | **BEBA 3** Vanille | **BEBA H.A. 3** | **BEBA PRO 3**

Baby Cereals
Flakes & Miel

Baby Cereals Yogurt
Céréales banane fraise
Céréales banane pomme poire

Lactoplus
Pyjama Malt / Miel / Chocomalt

NaturNes
Fruits du soleil

NaturNes
Riz aux courgettes et dinde
Pâtes aux tomates et bœuf

P'tits pots
Spaghetti Bolognese

Baby Dessert
Vanille / Biscuit / Choco

après 10 mois

P'tits pots
Carottes Riz Dinde
Jardinière de Légumes Veau

Il mange des petits morceaux • Il veut manger seul • Il découvre la marche
Il dit «maman» et «papa»

Lait maternel

dès 12 mois | **dès 18 mois**

BEBA Junior 12+ | **BEBA Junior 18+**

dès 12 mois | **dès 18 mois**

Junior Milk 12+ | **Junior Milk 18+**

Junior Drink
Vanille / Choco

Junior
Müesli Banane Choco

Lactoplus
Pyjama Malt / Miel / Chocomalt

Baby Milk & Cereals
Choco

NaturNes
Courge au poulet
Légumes Riz Saumon

Junior Fruit Stick
Banane Pomme

P'tits pots
Tomates Pâtes Jambon
Légumes Pâtes Dinde
Légumes Pommes de terre Poulet

Smoothie
Pomme Banane Mangue Ananas
Pêche Pomme Banane

Nestlé Pour bien démarrer dans la vie.

1ERS MOIS | APRÈS 4 MOIS | APRÈS 6 MOIS | APRÈS 8 MOIS | DÈS 12 MOIS

PLAN D'ALIMENTATION

	Développement de Bébé	Alimentation de Bébé
1ERS MOIS	**Bébé pèse environ 3 à 6 kg** Il fait ses premiers sourires. Il tient le doigt et lève sa tête. Il apprend à reconnaître ses mains.	Il pleure pour dire qu'il a faim. Son système digestif est encore immature et l'aliment idéal est le lait maternel. Le réflexe de succion domine. Il s'agite avant la tétée.
APRÈS 4 MOIS	**Bébé pèse environ 6 à 9 kg** Il tient sa tête, il balbutie. Il se retourne tout seul. Il tient assis avec soutien. Il essaie d'attraper ses pieds.	Il commence à s'intéresser à la nourriture et ouvre sa bouche quand vous approchez la cuillère. C'est l'occasion de lui apprendre de nouveaux goûts et textures. Il peut avaler des textures lisses. Apprentissage en douceur de la cuillère.
APRÈS 6 MOIS	**Bébé pèse environ 7 à 10 kg** Il passe un objet d'une main à l'autre. Il attrape les objets. Il tient à 4 pattes. Il comprend «oui» et «non».	Il commence à mâcher et peut avaler des textures moulinées. Il montre ses goûts et ses dégoûts. Il arrive à attraper son biberon et à porter la nourriture à sa bouche.
APRÈS 8 MOIS	**Bébé pèse environ 8,5 à 12 kg** Il fait au revoir avec la main. Il attrape avec le pouce et l'index. Il marche à 4 pattes et se met debout.	Il boit avec de l'aide. Il commence à mâcher des morceaux fondants et essaye de manger seul avec la cuillère. Il maîtrise la mastication. Il peut manger seul avec les doigts.
DÈS 12 MOIS	**Bébé pèse 10 kg et plus** Il découvre la marche. Il s'initie au langage. Il exprime ses refus. Mise en place des bonnes habitudes alimentaires.	Il peut manger des petits morceaux et insiste toujours plus pour manger seul. Vous pouvez lui faire découvrir des goûts plus forts car son système digestif est presque mature. Il boit dans une tasse.

Depuis plus de 145 ans, le bien-être des tout-petits est au cœur des préoccupations de Nestlé

Aujourd'hui, c'est toujours à Vevey en Suisse que l'équipe Nestlé Baby travaille pour les 80'000 bébés qui naissent chaque année dans le pays !

C'est en 1867 qu'Henri Nestlé inventa en Suisse le premier lait infantile. Depuis, nous poursuivons une recherche intensive et permanente au Centre de Recherche de Nestlé, près de Lausanne, et développons continuellement des produits de grande qualité pour les enfants en bas âge. Notre collaboration avec des professionnels de la santé ainsi que des mamans, depuis toutes ces années, nous aide chaque jour à mieux comprendre les besoins des bébés et à optimiser nos produits pour vous.

Un avis à donner ?
Une question à poser ?
Envie de créer un petit livre interactif pour votre bébé ?
Envie de recevoir des échantillons ?

Pour toutes vos questions, retrouvez aussi nos conseillères en nutrition :

Par téléphone
0800 55 44 66
(numéro gratuit)

@ Par internet
www.nestlebaby.ch
babyservices@ch.nestle.com

Par courrier
Nestlé Baby Club - CP 352 - 1800 Vevey

N°art: 50000304 / 04.2013